

## **Samenvatting van het boek 'Kunst in Contact, E=mc<sup>2</sup> in verduurzaming van relaties'**

### **Kunst in Contact, van onvermogen naar vermogen in communicatie**

#### **Beknopte samenvatting**

*Dit boek wil een brede groep lezers aanspreken in de zorgsector, zowel medewerkers en leidinggevenden die met de Veder Contactmethode willen werken. Het is geschikt voor studenten en docenten in de kunstensector. Communicatie-experts en therapeuten kunnen in dit boek inspiratie en aanknopingspunten vinden.*

Het boek wordt op 2 november 2025, 21 jaar na de moord op Theo van Gogh, gepresenteerd. Deze aanslag was namelijk een sleutelmoment, een kantelpunt voor de hoofd auteur die daarvan ooggetuige was.

De inhoud richt zich op het onderwerp 'Vermogen tot communicatie'. Het beschrijft een veranderingsproces van zeventien jaar. Deze transitie is begonnen in 2008 als 'Kunst in Contact'. Deze mondt uit in 2025 als praktische toepassing van de Einsteinformule  $E=mc^2$  als een mogelijke universele communicatiewet. Het boek maakt de lezer bewust hoe positieve energie-uitwisseling actief kan worden toegepast en arbeidsplezier en welzijn beïnvloedt.

De moord op van Gogh is het startpunt geweest voor het formuleren van reeds bewezen universele communicatiewetten. Daarnaast was de oprichting van de Theater Veder (2005) een belangrijke stap. De stichting heeft als missie 'Verspreiding van de Veder Contactmethode' (VCM). Deze methode brengt een contactstroom op gang, bevordert sociale cohesie en helpt eenzaamheid te doorbreken.

Een volgende stap was de ontwikkeling van het 'Verbindingsmodel' (2021), of te wel h oe onvermogen om te zetten in vermogen tot communicatie op een manier dat mensen beter begrijpen hoe zich leren te verbinden met verduurzaming van relaties als gevolg. Dit leidt automatisch tot 'mentale weerbaarheid' en het vergroot de kans op meer menslievend gedrag.

## **Inhoudelijke samenvatting**

### **Deel 1 Over de transitie 'Kunst in Contact' 2008 – 2025**

#### **Inleiding**

De Veder Contactmethode (VCM) is een instrument dat leidt tot verandering binnen een angstcultuur waarin 'geen geld, geen tijd' leidend is.

In 2008 ontving Theater Veder gedurende drie jaar een subsidie (VWS). Met transitiekunde als onderliggend gedachtegoed begon de ontwikkeling van de VCM. Op 2 november 2025 wordt deze transitie afgerond. Aanbevolen wordt om het onderstaande beeldmateriaal eerst te bekijken wanneer men niet bekend met de methode is. Dit om de informatie beter te verwerken.

De auteur beschrijft hoe zij samen met anderen de VCM heeft ontwikkeld. Ze verduidelijkt stapsgewijs hoe dit instrument heeft geleid tot positieve energie-uitwisseling. Ook komt aan de orde in hoeverre de VCM een verandering heeft bewerkstelligd binnen een hardnekkig werkklimaat.

#### **1. De Vedercontactmethode (VCM)**

**De vier stappen van de Veder Contactmethode zijn;**

- 1) het maken van een-op-een contact
- 2) aanspreken van het lange termijngeheugen
- 3) 'In het moment zijn', het korte termijn geheugen
- 4) afronden/afscheid nemen

**De drie onderdelen van theatrale communicatie zijn;**

- 5) acte de présence
- 6) intonatie
- 7) timing

Beeldmateriaal van de contactstroom door middel van de VCM:

**Veder Contactmethode als activiteit:** duur 12 minuten.

<https://www.youtube.com/watch?v=u6wUXbUIemM>

**Veder Contactmethode binnen de 24 uurszorg :** duur 10 minuten.

<https://www.youtube.com/watch?v=sBdjG8a0pzw>

## 2. De missie van Theater Veder: het verspreiden van de VCM

Vanaf 2007 wordt de VCM landelijk verspreid. Sinds 2021 is deze ook in de Cariben geïmplementeerd.

## 3. Wetenschappelijk onderzoek naar effectiviteit van uitvoering van de VCM

In twee promotieonderzoeken, uitgevoerd in 2015 en 2017 door de samenwerking met de Vrije Universiteit en de Universiteit van Amsterdam zijn effecten met betrekking tot arbeidsplezier, welzijn en team building aangetoond.

*Zie voor meer informatie over de onderzoeksrapporten:* [www.theaterveder.nl/wetenschap](http://www.theaterveder.nl/wetenschap)

In 2018 kreeg de methode een erkenning als succesvolle interventie bij mensen met dementie door Vilans (kennisorganisatie voor zorg en ondersteuning).

**Vilans interventie:** duur 4 minuten. <https://www.youtube.com/watch?v=rOh00UEGV7Y>

## 4. Mensvisies

Het Vedergedachtegoed bouwt voort op verscheidene mensvisies. Deze begint met de Griekse wijsgeer Plato waarbij licht en donker een rol spelen. Volgens hem ervaart de mens een onwerkelijkheid als realiteit. Wij mensen zitten in een grot en we zien slechts een schimmenspel. Het licht, de echte realiteit, komt achter de grot vandaan. Volgens Westra is de mens zowel een autonoom, sociaal wezen als 'een kudde-dier'. Het 'blindelings leiders volgen' benoemt ze als een schaduwkant van kuddegedrag. Ze refereert aan de vernistheorie die stelt dat de morele beschaving slechts bestaat uit een dun laagje vernis. Zodra dit dunne laagje eraf gaat, bijvoorbeeld door een crisis, kan de schaduwkant, de wrede, egoïstische aard naar boven komen. De schrijfster Marguerite Duras noemt de schaduwkant als het onvermogen tot liefde. De existentialistische visie van Jean Paul Sartre sluit hierop aan met zijn beweringen: "Het leven is volkomen zinloos" en "de hel, de schaduw, dat zijn de anderen". Deze maken de mens tot een object en materiaal. Onderzoek van primatoloog Frans de Waal laat zien dat mensapen vermogend tot positieve communicatie zijn. Bijvoorbeeld door het tonen van inlevend gedrag. Empathie blijkt een belangrijke factor voor het succes van 'Vermogen tot communicatie'. De filosoof Rob Wijnberg stelt dat de mens zijn succes als soort te danken heeft met het maken van positieve keuzes voor zorgzaamheid. Friedrich Nietzsche gaat in zijn mensvisie nog een stap verder door de 'Übermensch' in kaart te brengen. Hij beschrijft hierbij de eigenschappen moed, creativiteit en autonomie. De psychologe Eva Eger verbindt licht en schaduw met de stelling dat de mens in staat is tot het maken van keuzes waarbij in haar woorden 'mentale weerbaarheid' wordt vergroot onder andere door "de onschuld van het kind" op te eisen.

**Samenvatting** Vanuit het nemen van verantwoordelijkheid en het kunnen maken van keuzes kan de mens zin en betekenis aan zijn/haar bestaan geven door het proces van 'onvermogen tot vermogen in communicatie' bewust toe te passen.

## 5. De Vederkernwaarden; kwetsbaarheid, kracht, kunst en kunde

De ontwikkeling van de VCM leidde in 2008 tot verdieping en het formuleren van een visie met vier kernwaarden: kwetsbaarheid, kracht, kunst en kunde. Via onthulling van de eigen kwetsbaarheid, die zich kan uiten in angst, gekwetstheid, afhankelijkheid en verdriet, kan de mens zichzelf leren (her)verbinden. En dat leidt tot een innerlijke kracht. Bij het proces van verhulling naar onthulling zijn kunst en kunde ondersteunend. Hieruit is het Vederlesmateriaal ontwikkeld.

Sinds 2008 zijn er (digitale) trainingsprogramma's en handboeken in het Nederlands en in het Engels vertaald. Hier liggen de bovenbeschreven mensvisies en methodes aan ten grondslag waar op doorgebouwd wordt. Zo wordt er gewerkt met elementen van reminiscentie, NLP, Validation, en belevings- en persoonsgerichte methodes. Elementen uit de theatertechnieken van K. Johnstone ('ja zeggen' acceptatie van spelaanbod) en K. Stanislavski (emotional memory) maken hier deel van uit.

## 6. dialooggesprekken vanuit het **Verbindingsmodel (VM)**

Vanuit de Vederkernwaarden en de missie en de visie werd het Verbindingsmodel (VM) in 2021 ontworpen. Hierin wordt het vermogen tot duurzame positieve communicatie binnen de relatie(s) inzichtelijk gemaakt. De universele behoefte tot groei en ontwikkeling van 'onvermogen tot vermogen' staat centraal.

## 7. **Mentale weerbaarheid** als perspectief tot meer menslievend gedrag

De auteur stelt expliciet dat het gesprek vanuit het VM gaat om het kunnen (door)ontwikkelen van bewuste keuzes voor het positieve krachtenveld en niet om het veroordelen van fout gedrag voortkomend uit het negatieve krachtenveld. Daarbij is er veel ruimte voor nuancering van de emotionele gebieden die tussen de beide krachtenvelden gelegen zijn. Immers tussen licht en schaduw bestaat een groot grijs gebied. In paragraaf 9 worden de beide krachtenvelden beschreven.

## 8. **Doorontwikkeling van universele natuur- en communicatiewetten**

Het inzicht van Plato's grotten leidde Westra naar de neurowetenschappen en de universele natuurwetten zoals die van Albert Einstein. De wetenschapper kwam in zijn werk uit bij licht en schaduw velden zoals vertaald in  $E=mc^2$ . Zijn ontdekking was dat de twee velden onderling samenwerken door de katalyserende werking van licht. Hij noemde die velden massa 'm' (m = inertie, bewegingsloosheid) en 'E' (E = energie-uitwisseling). Deze twee velden zijn met elkaar verbonden. Energie omzetten en vrijmaken, daar gaat het bij  $E=mc^2$  dus om. Voor universele wetten van communicatie staat de E voor de positieve energie. De m representeert de inertie, de afsluiting van de van de deelnemers in de communicatie, tot dat de vonk (c) overslaat. En naarmate die vonk echt licht wordt neemt de kwaliteit van de communicatie met sprongen toe ( $c^2$ ). En dan begint m, de massa (van de) communicanten, zijn echte rol te spelen.

De lichtsnelheid, het genereren van energie in massa en samenwerking tussen de twee verschillende krachtenvelden is volgens Westra vergelijkbaar met universele communicatiewetten vanuit het vakgebied theater. De combinatie van angst, macht en ego, het negatieve krachtenveld, is de kern van bijvoorbeeld de Griekse en Shakespeareaanse tragedies. Daar plaatst zij hart, ziel en lichaam, het positieve veld tegenover. Dit is de component die deze drama's tot een positief einde brengen kan.

## 9. Het negatieve krachtenveld

De ene kant van het krachtenveld, massa, noemt de auteur '**de Emotionele Bermudadriehoek**' (EBD = angst, macht en ego). Het is het 'nee', het gebied waarin mensen elkaar kwijtraken door kortsluiting in contact met soms rigoureuze verbreking van de verbinding (relatie) als gevolg. Het negatieve veld gaat dikwijls gepaard met slachtoffergedrag, afwijzing, ontkenning, ondermijning, vernedering, verraad, 'mentaal straffen', dualiteit (verdeel en heers) en depersonaliseren (pesten, 'zwarte schaap' en hetzevorming). Depersonaliseren is een vorm van mentale vernietiging dikwijls voortkomend uit basisgevoelens van bedreiging. Zonder afgrenzing leidt dit fenomeen naar ontmenselijking. Vanuit de neurowetenschap is bewezen dat deze negatieve krachten hersenbeschadiging en ernstig, blijvend letsel kunnen aanrichten. Om die reden wordt de EBD ook wel 'Duivelsdriehoek' genoemd, want deze is (levens)gevaarlijk voor de mentale gezondheid. Deze dynamiek is ook te zien in allerlei oorlogssituaties waarbij luchtsteun en bijvoorbeeld rugdekking (emotioneel steunkader) uitblijven. De EBD kenmerkt zich soms door het gevoel van het 'trekken aan een dood paard', machteloosheid, waarin positieve energie zich heeft vertaald in bewegingsloosheid. De vertaling van massa is als een energie die niet meer werkzaam of levend is. Onder massa (M) ligt echter c2 (VCM). Deze energie kan M weer doen laten resorberen. Het is vergelijkbaar met de dood die weer tot nieuw leven komt.

## 9. Het positieve krachtenveld

Het andere gebied noemt ze '**de Emotionele Gouden Driehoek**' (EGD = hart, ziel en lichaam). Dit is het krachtenveld waarin, mede door empathisch gedrag men kan raken en geraakt kan worden. De verbindingen blijven week, doorlaatbaar en herstel van hersenweefsel is mogelijk. Het positieve gedrag kenmerkt zich door aanspreekbaarheid, het nemen van verantwoordelijkheid, zelfliefde, openheid, fysiek contact, persoonsversterking, respectvolle bejegening, hoor en wederhoor. Daarbij is het kunnen ervaren van verbinding en wederkerigheid in emoties, bijvoorbeeld door excuses en verzoening, een belangrijk onderdeel van EGD. Deze positieve energie leidt binnen relaties naar zingeving en betekenis. Binnen de (neuro)wetenschap worden positieve effecten gemeten zoals op welzijn en plezier.

## De grot van Plato in relatie tot samenspel van EBD en EGD

Volgens Plato is het kijken naar de realiteit dus als een schimmenspel, terwijl het echte leven achter de rug, het licht, zich afspeelt. Dit schimmenspel kan volgens Westra vertaald worden als de realiteit van het EBD, het negatieve krachtenveld. Het publiek kan zich leren

toedraaien naar het lichtveld, het EGD, hart, ziel en lichaam. Dit is de keus die in iedere situatie en relatie gemaakt kan worden waarbij gevoelens van machteloosheid worden geneutraliseerd en doorbroken.

### **E=Mc<sup>2</sup> als uitleg voor de werking en heling van de hersenfuncties**

Emotionele krachtenvelden hebben invloed op de hersenen. Onderzoek wijst uit dat de EBD leidt tot verharding van de verbinding (massa) en tot (zelf)vernietiging, terwijl EGD leidt tot versoepeling van de hersenverbindingen. Pijnbestrijding (de negatieve 'm' in  $E=mc^2$  verbonden met EBD) kan door de keus voor pijnnaanvaarding (EGD) een katalyserende werking hebben op versnelling van verbindingprocessen ( $c^2$ ) waardoor de 'm' wordt omgezet in positieve Energie-uitwisseling ( $E=mc^2$ ). Er is dan sprake van heling. Dit omdat de gevoelsblokkade (afsluiting) veroorzaakt door de EBD wordt opgeheven.

**Catharsis.** Het opdoen van nieuwe inzichten over positieve verbinding in plaats van polarisatie van de beide velden is vergelijkbaar met een catharsis. Dit theaterbegrip uit de Griekse tragedies geeft aan dat een methodische structuur zoals de wetten van Aristoteles bij het publiek een emotionele zuivering teweeg kan brengen.

### **10 Transitie; 'Vermogen tot communicatie' met als gevolg positieve energie-uitwisseling**

Tijdens het transitieproces raakte Westra geïnspireerd door vormen van universele energie waarbij complexe gebouwen door de eeuwen worden gerealiseerd. Kathedralenbouwers konden hun werk alleen samen verrichten, wetende dat ze de voltooiing van hun gebouw niet zouden meemaken, maar ze zagen het resultaat voor zich. De transitie van 'Vermogen tot communicatie' heeft volgens de auteur(s) kans van slagen als er een groeiende groep met een bewuste keus voor het EGD ontstaat. Positieve energie-uitwisseling in het kwadraat ( $c^2$ ) gedijt in een omgeving waarin 'veiligheid' en 'vertrouwen' als voorwaarden gelden en gezamenlijk worden beschermd. De auteurs zien als experiment dat actieve toepassing van  $E=Mc^2$  meer positieve energie vrijmaakt. Aansluiting op het positieve krachtenveld vanuit het negatieve veld kan ieder moment plaatsvinden. Beeldend kunstenaars zoals Joseph Beuys en Peter Zoltkin vertaalden dit proces als 'het leren spelen en schakelen met de krachtenvelden'. Wasily Kandinsky gaf er 'bevrijding uit de dagelijkse gevangenis' bijvoorbeeld als woorden aan.



**Verbindingsmodel, transitie 2008/2025**

Wereldburgerschap, Theater Veder/ 2021 Maria Reina Westra

Het Verbindingsmodel (VM, 2021) wordt voor het boek de hoofdstukindeling. Zie boven

## 11 Belemmerende factoren voor 'Vermogen tot positieve communicatie'

Tijdens haar werkzame leven als verpleegkundige ontdekte Westra dat veel energie werd verspild doordat medewerkers niet leerden hoe ze onder werkdruk toch positieve energie uitwisseling konden blijven genereren met de patiënten en met elkaar, zonder dat het extra tijd en geld kostte. In het boek beschrijft ze de werking van dit proces en geeft ze praktische handvatten om 'kloktijd' (Chronos) en 'het juiste moment' (Kairos) met elkaar te leren verbinden. Verbinding door middel van de VCM en theatrale communicatie is als 'vederen', het leren spelen, schakelen ook tussen het positieve en negatieve krachtenveld. Een andere belemmerende factor voor permanente uitwisseling van positieve energie is de hiërarchische structuur van zorgorganisaties. Ook dit onderdeel krijgt aandacht.

### Instrumenten van 'Vermogen tot communicatie' die energie voor verandering genereren:

- ***De Veder Contactmethode als activiteit (2008-2010)***

Toepassing van zeven stappen genereert een positieve contactstroom

- ***De Kunst van het Verleiden in de Veder Contactmethode***

'Vermogen tot communicatie', zoals mensen spelenderwijs uit de comfortzone halen, geeft plezier. ***Verteltechnieken*** waaronder ***theatrale communicatie*** (acte de présence, timing en intonatie) kunnen in menselijk verkeer blokkades (apathie) doorbreken.

- ***De Veder Contactmethode binnen de dagelijkse (24-uurs) zorg***

Deze toepassing zorgt voor een contactstroom die langer aanhoudt en meer welzijn en arbeidsplezier oplevert. Die effecten zouden op langere termijn kunnen leiden tot een vermindering van ziekteverzuim.

Deze aanname wordt gestaafd door conclusies uit het wetenschappelijk onderzoek in 2015 en 2016. Vilans (de kennisorganisatie voor zorg en ondersteuning) heeft de VCM in 2018 erkend als interventie in de langdurige zorg.



## **12 Lange termijn doel; Verduurzaming van 'Vermogen tot communicatie' 2025-2041**

Theater Veder heeft als einddoel dat 'Vermogen tot communicatie' en 'mentale weerbaarheid' ondergebracht wordt bij een universitaire faculteit Geesteswetenschappen. Consolidatie en doorontwikkeling van reeds aangetoonde resultaten staan centraal. Oftewel voorkom kapitaalvernietiging, maar werk samen aan zorg, kunst en wetenschap. Het zou in dit verband goed zijn om de resultaten van de 26 experimenten in transities (langdurende zorg) in de periode 2007 – 2010 (waar de ontwikkeling van de VCM er een van was) te analyseren en om er lering uit te trekken. Bijvoorbeeld door de randvoorwaarden en geleerde lessen in kaart te brengen.

## **13 Conclusie**

De conclusie van het boek geeft een visie op realisering van de lange termijn doelen die transities zoals deze met zich meebrengen. De aanname is dat doorontwikkeling en monitoring vanuit een veilig werk-/leerklimaat aantoonbaar positieve effecten zal hebben op realiseringen van de doelen; meer contactplezier, vergroting van emotioneel welzijn en tevens minder ziekteverzuim en minder personeelskosten in de langdurige zorg.

## Deel 2 Onderzoek naar de werking van het Verbindingsmodel $E=mc^2$

Tijdens het schrijven van het boek worden de ervaringen van 'het Wij team' met  $E=Mc^2$  als samenwerkingsvorm gedeeld.

### Elftal, 'het Wij team' in de proeftuin

Naast de hoofdauteur werken er elf auteurs, Veder ambassadeurs, mee aan dit boek vanuit een voetbalteamgedachte. Het team ziet het als een uitdaging om te schrijven vanuit de Vrede-formule 'Kunst in Contact is  $E=mc^2$  in verduurzaming van relatie'. Hierbij staat de m voor zowel EGD als EBD, 'c<sup>2</sup>' voor de VCM als katalysator en 'E' voor positieve energie-uitwisseling als resultaat van het proces. De leden van het elftal brengen ieder hun eigen expertise mee en de intrinsieke motivatie om te ontwikkelen vanuit het spectrum Kwetsbaarheid, Kracht, Kunde, Kunst mee. De aanname is dat deze vorm, c<sup>2</sup> energieversnelling zal opleveren en de kwaliteit van het boek dus ten goede komt. De leidende vraag is of 'het Wij team' als proeftuinvorm overdraagbaar op andere teams is.

*Tijdens het schrijven van het boek wordt het Verbindingsmodel beproefd binnen de groep auteurs als methodiek en leidende visie:*

- Aanspreekbaarheid en het kunnen delen van negatieve krachten (angst, macht en ego) en positieve krachten (hart, ziel en lichaam).
- Centraal stellen van luisteren (hoor en wederhoor, doorvragen).
- We leren beter om actief te schakelen tussen positieve en negatieve krachtenvelden in het menselijk verkeer door de principes toe te passen in ons dagelijks leven en binnen samenwerkingsverbanden.
- We kiezen bewust voor het handelen vanuit positieve krachten en het gezamenlijk realiseren van een contactstroom (energieversnelling).

**Josien van de Beek**, verpleegwetenschapper, (interim) manager en docente.

*"Het gesprek was top. Je vraagt goed door."*

Beoordeling van het gesprek: 8

**Addie Birkhoff**, speelster Ouderen voor Ouderen, socioloog en docente Engels, voormalig beleidsondersteuner onderwijs.

*"Het was een emotioneel gesprek, waarin ik uitkwam bij mijn persoonlijke levensmotto: vertrouwen, hoop en naastenliefde".*

Beoordeling van het gesprek: 8

**Alle Bruggink**, Vederambassadeur, voormalig onderzoeker, chemicus en hoogleraar; schrijft over duurzaamheid. *“Maria, de samenvatting wint aan kracht. Je zou de term negatief bij massa ook kunnen vervangen door inert of inertie. We komen steeds dichterbij elkaar in de uitleg. Je bent nog negatief over de massa. Zodra de ‘m’ door ‘c<sup>2</sup>’ in beweging komt, wordt het energie. Dan wordt het opeens de gesprekspartner die jou begrijpt en begint de contactstroom te lopen. En die wordt des te sterker naarmate ‘m’ groter is. Bedenk ook dat in de ‘m’ van massa, het ‘gewicht’ van twee mensen zit die met elkaar in contact proberen te komen. Een gesprek vanuit het Verbindingsmodel ervaar ik als ODI, ontspanning door inspanning en verrijk/eikend. Liefde is een prachtige vorm van positieve en duurzame energie.”*

Beoordeling van het gesprek: 9

**Hemmo Drexhage**, voorzitter Theater Veder en theaterregisseur.

*“Ik vond het interessant om de inzichten over vernietiging te delen. Daar zit zo’n kracht. Ook in relatie tot creativiteit.”*

Beoordeling van het gesprek: 8.5

**Foppe de Haan**, Vederambassadeur, voormalig voetbalcoach en trainer.

*“Goed, dit gesprek dwong tot nadenken. En dat is gewoon goed.”*

Beoordeling van het gesprek: 8

**Klaas Hofman**, voormalig groepsleider, docent verpleegkunde.

*“Jazeker, respect en goed luisteren, dat praktiseren wij wederzijds! Geen hinder, vol overgave!”*

Beoordeling van het gesprek: 8

**Astrid Izelaar**, bestuurslid Theater Veder, ZZp’ er ‘troost en trouwen’

*“Wat stilte tussen twee mensen vermag. Als geluid verstomt en ruimte wordt gevuld met aandacht. Zie de ander in jezelf.”*

Beoordeling van het gesprek: 8.5

**Robert Jan Prenger**, penningmeester Theater Veder, ICT-projectleider.

*“Het was een overrompelende verrassende ervaring vol met inzichten over hoe je op basis van de Vederbegrippen en -methode tot een gesprek komt over wat de ander drijft.”*

Beoordeling van het gesprek: 7,5

**Sjoukje Ronda**, voormalig docente Duits.

*“Dit was een prachtige sessie. Eindelijk eens aandacht voor mij! Het was een fantastische ontmoeting, waarbij we bij elkaar in de spiegel mochten kijken en dat we tot de ontdekking komen dat we samen onderweg zijn. Bedankt, bedankt en tot de volgende keer.”*

Beoordeling van het gesprek: 8

**Hilda Swarts**, jurist, systemisch begeleider en dansdocent.

*“Maria vraagt door, waardoor de onderstroom binnen de communicatie inzichtelijker wordt en zich een verdiepend en inspirerend gesprek ontvouwde!”*

Beoordeling van het gesprek: 8.5

**Kate Westra**, psycholoog en coach.

*“Het stroomde. Dan uiteindelijk warmte en empathie voelen in je lichaam. Een paar verhelderingen in het gesprek die even kracht kosten. Een soort blijdschap, opluchting, het is volbracht. We zijn er doorheen gekomen.”*

Beoordeling van het gesprek: 8.

### **Deel 3 Aan de slag met het Verbindingsmodel**

Hier worden handvatten aangereikt om te leren werken met de visie van en het instrument .De basis van het werken met het ' Verbindingsmodel is  $E= Mc^2$ ', systematische openheid, vertrouwen en gerichtheid op wezenlijke en dus positieve communicatie.

Door deze praktische toepasbaarheid leidt het proces van transformatie 'bewustwording van het positieve krachtenveld' automatisch tot meer empathie en dus meer energie. Wanneer de ontmoeting met 'de menselijke geest', het wezen, (ontdaan van macht, angst en ego) onder alle mogelijke omstandigheden tot samenwerking leidt vanuit hart, ziel en lichaam, wordt dit ervaren als een emotionele bevrijding, een catharsis. Deze ontwikkeling van transcendentie zijn voortgekomen uit de transitie van de VCM (2008-2025). In de kern gaat het om de ervaring dat samenwerking vanuit wezenlijke communicatie een ongebroken verbinding en daarmee een onuitputtelijke bron van positieve energie-uitwisseling vormt.

### **Deel 4 Conclusies en aanbevelingen voor gezondheidsorganisaties en onderwijsinstellingen**

#### **1. Langetermijnvisie, concrete doelstellingen en voorwaarden**

In organisaties wordt veel gesproken en geklaagd over een gebrek aan communicatie. Als het meezit, wordt er scholing ingezet met de hoop op verbetering.

Vaak zijn de deelnemers dan even vervuld van een nieuw elan. Ze gaan moedig aan de slag met het geleerde om er na een week achter te komen dat de praktijk weerbarstig is; 'Ze dronken een glas, deden een plas en alles bleef zoals het was.'

Daarom is het belangrijk een visie en vaardigheden te ontwikkelen voor de lange termijn met concrete doelstellingen voor het bevorderen van het 'Vermogen tot communicatie' in een veilig leer-en werkklimaat.

#### **2. Monitoring**

Bij invoering van werken met 'Vermogen tot communicatie' hoort monitoring op bijvoorbeeld 'zachte' en 'harde' effecten. Naar verwachting zullen arbeidsplezier en welzijn toenemen en het ziekteverzuim en de kosten afnemen. De Vredeformule vertaald in communicatiewetten  $E=mc^2$  biedt mogelijkheden voor het gezamenlijk oplossen van grote problemen zoals de klimaatcrisis. Daarbij gaat het om systematisch leren overstijgen van universele factoren die energielekken met destructieve gevolgen veroorzaken.

### 3. Structureel financieel kader

Overheden, zorgkantoren en zorgorganisaties zouden voor transitie die zichzelf wetenschappelijk hebben bewezen een structureel (financieel) ondersteuningskader dienen te bieden. Dit beleid vraagt om een toekomstgerichte langetermijnvisie.

### 4. Wetenschappelijk onderzoek en verduurzaming

Om de opbrengst van investeren in 'Vermogen tot communicatie' een breed draagvlak en aanzien te geven, zou het goed zijn om dit als een specifiek vakgebied onder te brengen bij een universitaire faculteit Geesteswetenschappen. Doel daarvan is verduurzaming van hetgeen is opgebouwd vanuit 'het weten' naar positieve resultaten op het 'meten'. Er zijn al hoopvolle ontwikkelingen. Sinds september 2024 is er voor het eerst in Nederland een bijzonder hoogleraar 'Kunst en Zorg' (aan de Erasmus School of Health Policy and Management) aangesteld. Volgens Prof. Dr. Tineke Abma, tevens werkzaam als hoogleraar Ouderenparticipatie aan de universiteit van Leiden, is er toenemend bewijs dat kunst positieve effecten heeft op de gezondheid van de mens en daardoor katalysator kan zijn voor de noodzakelijke transformatie in de gezondheidszorg.

*"Patiënten hebben baat bij kunst. Voor het onderzoeken van wat er op emotioneel en affectief niveau gebeurt [bij kunstbeleving] zijn innovatieve manieren van wetenschappelijk onderzoek nodig..." Er zijn nu ook tijdschriften die een dance performance als wetenschappelijke output zien, op poëzie of een audiofragment." Haar ideaalbeeld is dat de hiërarchie tussen de verschillende vormen van wetenschappelijk onderzoek uiteindelijk zal verdwijnen.*

*(Citaten uit: De Volkskrant, 19 september 2024)*

### 5. Over de hoofdauteur

Maria Reina Westra (1961) is oprichtster van Theater Veder, grondlegster van de VCM en hoofdauteur van 'Kunst in Contact is  $E=mc^2$  in verduurzaming van relaties'. Zij groeide op in een pionierscultuur, de Noordoostpolder. Ze is van origine verpleegkundige (1983) en studeerde vervolgens af aan de theaterschool (1990). Ze heeft zich toegelegd op muziektheater en zich gespecialiseerd in de ontwikkeling van 'echt contact'. Dit resulteerde in het op gang brengen van een contactstroom door middel van wederkerigheid; de VCM, die in de kern neerkomt op positieve energie-uitwisseling. Tussen 2009 en 2016 begeleidde ze twee promotieonderzoeken waarvan een officieel erkend werd als interventie (Vilans). Ze is de eindverantwoordelijke voor het team dat bestaat uit elf Veder ambassadeurs.

*'Vooruitgang is een verhaal over diepgewortelde goedheid, ongeëvenaarde samenwerking en weerbaar vertrouwen. Een verhaal over de ware natuur van de mens en de wonderbaarlijke aard van de natuur. Een verhaal van onzichtbare verbondenheid en onderlinge afhankelijkheid. Een verhaal over zorg die belangeloos wordt gedeeld. Een verhaal over miljarden onmisbare radertjes in een bouwwerk van menselijke verbeeldingskracht. Een verhaal van werkende wetten en verdwenen grenzen'. (Uit: 'Voor elk wat waars' door R. Wijnberg blz. 137, blz. 153).*

Zie voor meer informatie over de hoofdauteur en de visieontwikkeling;  
[www.theaterveder.nl/](http://www.theaterveder.nl/) over Theater Veder, over de grondlegster.

**Epiloog.** De moord op van Gogh wordt tot slot geplaatst in het perspectief van groei naar 'Vermogen tot positieve communicatie' en ontwikkeling in 'mentale weerbaarheid'. Het is een transformatie van zwaarte naar Vederlichtheid in contact. Daarbij is doorontwikkeling van de natuurwet formule  $E=Mc^2$  tot communicatiewet een mogelijke oplossing tot het vrijmaken van meer positieve energie-uitwisseling. Dit laatste is voor Westra de zin en de betekenis die ze geeft aan haar rol van getuige van de moord op Theo van Gogh. Ze maakte de afgelopen zeventien jaar het proces van Vederlichtheid naar een weg van meer vrede met de organisatie door.

## **Vrede is geen vogel**

vrede is geen vogel  
die wegvliegt, die verdwijnt aan de horizon  
vrede is het nest  
dat blijft  
soms met vogels, eieren, kuikens erin  
en soms een twijfelende veer die in gedachten van  
de wind verdwaalt  
vrede is geen vogel maar het nest  
dat blijft  
zelfs in het vertrekseizoen  
vol takken die nog naar de lente ruiken  
kijkend in de koude ogen van de sneeuw  
warm  
vol dromen  
een nest zonder bakstenen zonder cement  
klein. licht, breekbaar maar waar

Soleh Rezazadeh

*vrede: onverwoestbare kwetsbaarheid, Klaas Hofman*

### **Geraadpleegde literatuur:**

- Abramovic, M. (2016), *Walk through walls*, Nijgh & Van Ditmar, Amsterdam.
- Boersma, P. (2017), *Person-centered communication with people with dementia living in nursing homes; a study into implementation success and influencing factors*, Vrije Universiteit Amsterdam.
- Bormans, Leo (2010), *Geluk*, uitgeverij Lannoo, Tiel.
- Broeck, van den, C. (2019), *Waagstukken*, Amsterdam.
- Brown, B. (2013), *De kracht van kwetsbaarheid*, A.W. Bruna, Amsterdam
- Brown, B. (2013), *De moed van imperfectie*, A.W. Bruna, Amsterdam
- Cohen, J. (2024), *De bolle Gogh*, EM. Querido's Uitgeverij Amsterdam\*Antwerpen.
- Cuppen, H. (2014), *Liefdesbang, Overwin verlatingsangst en bindingsangst*, Ankh Hermes, Utrecht.
- Fraser, J. (2023), *Het gepeste brein*, Ankh Hermes, Utrecht.
- Gaudí, A. (2020) *The Complete Works*, Taschen GmbH, Berlin.
- Haaften-van Dijk, van M.(2016), *Evaluatie van de Vedermethode als contactmethode in de psycho-geriatrische zorg*, Universiteit van Amsterdam.
- Helleman, V. (2014)., *Moeiteloos jezelf zijn, ontwaken in een nieuw bewustzijns-perspectief, Leven in Vrijheid*.
- Isaacson, W. (2015), *Einstein, de biografie*, Houten/Antwerpen.
- Johnstone, K. (1979), *Impro*, Uitgeverij International Theatre & Film Books, England.
- Koelemeijer J. (2022), *Etty Hillesum, het verhaal van haar leven*, uitgeverij Balans, Amsterdam.
- Kolk, B van der (2016), *Traumasporen*, Uitgeverij Mens!, Eeserveen.
- Kotter, J. & Rathberger, H. (2020) *Onze ijsberg smelt!, succesvol veranderen in moeilijke omstandigheden*, Uitgeverij Business Contact, Amsterdam.
- Nietzsche, F., (2011) *Vorbij goed en kwaad*, de Arbeiderspers, Amsterdam.
- Palmen, C. (2023), *Voornamelijk vrouwen*, uitgeverij Prometheus, Amsterdam
- Quakernaat, D. (2023), *Ga kathedralen bouwen!, Wat managers en andere gewone mensen kunnen leren van de kathedralenbouwers in de Middeleeuwen*, Quakernaat Media, Hengelo.
- Rosenberg, M.B., (2014) *Geweldloze communicatie, ontwapenend, doeltreffend en verbindend, Lemniscaat*, Rotterdam.
- Rotmans, Prof. Dr. Ir. J. (2009), *Complexity and transitie management, Erasmusuniversiteit, Rotterdam*.
- Rotmans, Prof. Dr. Ir. J., en M. Verheijden (2021), *Omarm de Chaos*, Amsterdam.
- Stanislavski, K. (1985), *Lessen voor acteurs*, Uitgeverij International Theatre & Film Books, Amsterdam
- Swaab, D. (2010), *Wij zijn ons brein*, uitgeverij Pluim, Amsterdam.
- Swaab, D. (2023), *Ons creatieve brein*, uitgeverij Pluim, Amsterdam.
- Toro, R.(2009), *Biodanza*, uitgeverij de Zaak, Groningen.
- Suurmond, J.J. (2010), *De spiritualiteit van Florence Nightingale*, Zoetermeer.
- Waal, F de (2019), *Mama's laatste omhelzing*, WNF, Antwerpen.
- Wijnberg, R. (2023), *Voor ieder Wat Waars*, De correspondent, Amsterdam.

=====